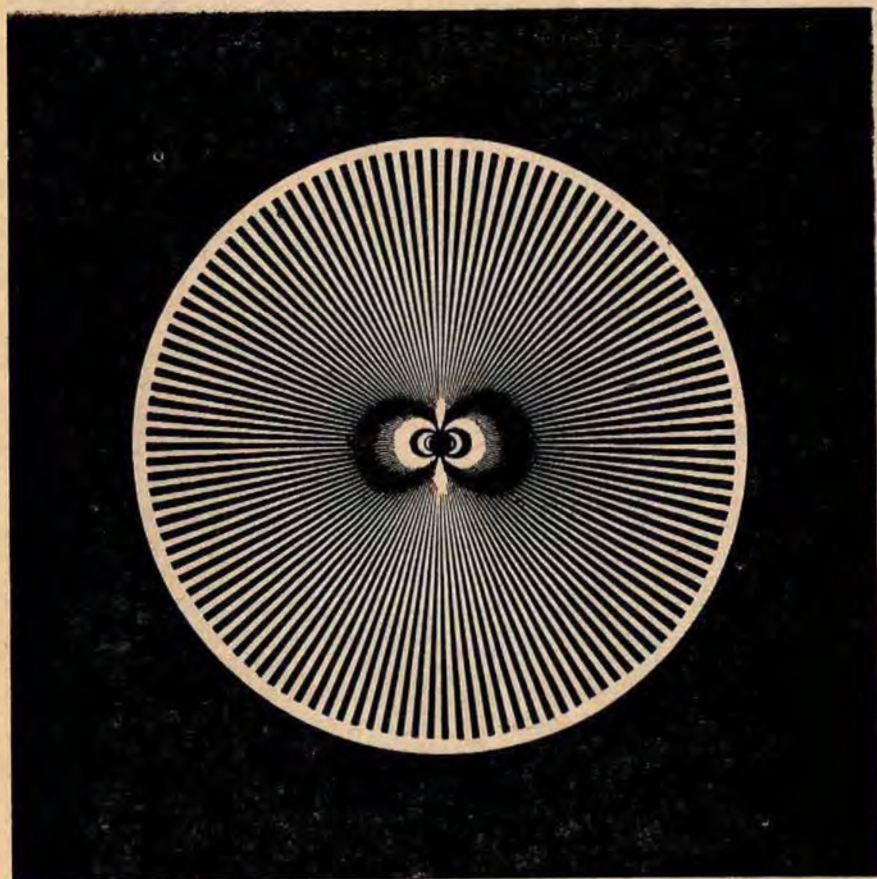
ROSA-CRUZ DE ORO

XXI 70



FRATERNIDAD ROSA-CRUZ ANTIGUA

REVISTA DE LA CIENCIA ROSA-CRUZ

ORGANO DEL CENTRO ROSA-CRUZ DE BOGOTA - COLOMBIA

Director: Israel Rojas R. — Apartado Nal. 14-16

AÑO XXI — AGOSTO DE 1967 — No. 70

LA LEY DE DUALIDAD

La dualidad es ley de la naturaleza, y por tal razón es LEY, en el sentido exacto del término.

El contraste es el aspecto objetivo y subjetivo que nos permite comprender las cosas, así, por ejemplo: luz y sombra, verdad y mentira, densidad y sutilidad, bello y feo, bueno y malo, blanco y negro, suave y duro, bondad y brusquedad, sabiduría e ignorancia; los aspectos mencionados y otros tantos que el lector puede observar, representan la fuerza del contrasto que admite, o hace posible el conocimiento, gracias a la dualidad.

Si no existieran los opuestos, resaltando el contraste, sería imposible para el ente humano adquirir experiencia y actualizar conciencia, la que en sintesis, es la corona de la evolución; pero al decir corona, no pretendemos decir que alguien haya llegado a la Cima en algo, por que todo conocimiento puede ser superado, toda apreciación de sutileza puede ser refinada, todo sentimiento puede ser ennoblecido, toda acción volitiva puede ser superada, porque hasta donde llegan los conocimientos humanos, a nada se le ha encontrado limite.

El mismo señor de Nazareth, el más evolucionado ser que conozcan las humanidades en curso, dijo: "Lo que YO hago, lo podreís hacer vosotros y aún más". Con tal frase, el señor Jesús enseñó a sus discipulos que él, a pesar de su grandeza, estaba en proceso de crecimiento y de evolución.

Como este aspecto de la dualidad no tiene limite en la posibilidad del libre y conciensulo analisis, y sería fundamento para un gran volumen de filosofía, pasaremos de inmediato a lo que es un artículo para revista.

Ilustramos la portada de esta entrega de la revista R. C. con una figura geométrica, en la cual se idealiza la eclosión de la celula de naturaleza masculina, con la femenina, para hacer posible la evolución de un nuevo ser.

El artista supo interpretar el sentido profundo, demostrando geométricamente que cada una de las dos células que integran la base y fundamento de un nuevo ser, son como dos soles llenos de radiación, de fuerza y de poder.

Nada hay en la naturaleza más maravillosa que el ger-

men, que la semilla; porque gracias al germen, a la semilla, tenemos vegetales, animales y hombres.

El reino vegetal, deriva del reino mineral los elementos constituyentes de su naturaleza, haciéndolo solamente por el poder espíritual y cósmico que se oculta en su germen, en su semilla de la que procede, y la que producirá de nuevo a través del proceso llamado floración, para poder cubrir así la superficie de la tierra y servir de alimento a animales y a hombres. El inteligente lector debe darse cuenta de esa verdad científica y comprender que la hermandad de los reinos, no es simple exclamación en boca de misticos, sino realidad científica en la conciencia de hombres Superados.

La naturaleza de seres y de cosas, tal como entendemos los hechos en la superficie de la tierra, son todos de estructura mineral, porque minerales son los constituyentes de la planta, del animal y del hombre, pues todos proceden del reino mineral.

Vegetales, animales y **hombres son seres de naturaleza** mineral, transustanciados por el subyacente espíritu interno, Endoconciente, que va verificando progresivamente la transformación y adaptación de los elementos, para que en ellos pueda actuar la conciencia.

Como de la nada, no se puede hacer nada, la conciencia se educe y no se preocupe, es decir que todo lo que hay, tiene su razón de ser en lo que fué; y lo que será, ha de ser necesariamente el rsultado de lo que es; pero, y ese pero es fundamental, el proceso de la evolución no se detiene y cada vez la conciencia humana logra comprensión de mas sutiles como elevados aspectos de la vida y del ser.

La semilla del ente humano está compuesta de dos sin darse cuenta que lo más extraordinario que hay hasta ahora, evolucionado en la naturaleza, es el germen, la semilla del ser humano, del hombre.

La semilla de ente humano está compuesta de dos aspectos, o sea de lo dual: del zoospermo y del óvulo; esas dos células son en principio tan insignificantes en su volumen, que el ojo humano común no puede verlas, es indispensable conseguir un auxiliar, llamado Microscopio, el cual permite ver la tremenda vitalidad de esos soles del humano microcosmos, los cuales al conjugarse son base y fundamento del ser humano. **Esta es la más grande maravilla de la naturaleza.**

En esas dos células que en su amalgama constituyen el germen de la naturaleza humana, llevan todas las posibilidades, modos, características de la especie en el proceso de la evolución, como forma, como sustancia y como idea.

Constantemente las gentes que miran los problemas

en forma superficial, creen que la herencia es lo que determina todos los posibles modos de ser de una mujer, o de un hombre; sinembargo, nada más inexacto: de familia en la cual renacemos, tomamos efectivamente el vehículo denso en el cual vamos a actuar en esa encarnación, llevando con "El aire de familia" algo de la naturaleza de la misma; y si nuestro vehículo ha sido engendrado en los ciclos septenarios de los cónyuges, también heredamos tendencias orgánicas, como sufrir de enfermedades parecidas o análogas a las de los progenitores, y aquí termina el límite de los trasuntos de la herencia. El cuerpo es ocupado por un Ego, por un YO, centro de conciencia, el que trae experiencias del pasado de su evolución, siendo cada humana existencia como un año de aprendizaje en la escuela **humana** de la vida, razón por la cual, si se observan los hermanos, hijos de los mismos padres, que han sido alimentados con los mismos elementos y que han recibido las mismas impresiones psicológicas, sinembargo, cada uno tiene su propia sensibilidad, sus características intelectuales y sus reacciones morales que le son propias, demostrándose con ésto, en forma evidente, la Reencarnación y la Evolución.

Cuando se habla de Reencarnación, las gentes preguntan que, donde están las pruebas que lo demuestren; lo dicho en el párrafo anterior es demostración suficiente, de que la Reencarnación es la razón por la cual los hermanos, hijos de unas misma familia, son todos diferentes en lo psíquico y moral; y lo son, porque cada quien trae del pasado sus propias experiencia, las que se manifiestan como tendencias, capacidades, etc.

Los interesados en ridiculizar este proceso del renacimiento y de la evolución, suelen decir con sonrisa despectiva, nacida al calor de su ignorancia, que los reencarnacionistas creen "Que el ser humano después de la muerte, puede encarnar en la burra del vecino o en el perro de la suegra".

La evolución es progresiva, y así como la vaina de un cuchillo, no sirve en modo alguno para cubrir una espada, así el Ego del hombre, supremamente evolucionado, en su magnitud de conciencia, no puede caber jamas en el cuerpo de nuestros hermanos menores, sin conciencia diferenciada, guiados por instintos.

En la evolución no hay retroceso, puede haber relativo estancamiento por falta de esfuerzo moral en el camino de la superación, pero nunca retroceso; así como un niño que está en la escuela, si falta en los estudios programados para un año, no puede pasar al año siguiente, pero tampoco se le va a-relagar, para que descienda al año inmediatamente anterior,

al que dejó de llenar en el programa de estudios, así también el Ego humano recapitula la anterior encarnación, pero jamas retrocede ni retroceder puede a la vida animal, pues esa etapa ha sido superada por todas las humanas conciencias.

El gusano se convierte en mariposa, así como el hombre ordinario por superación y esfuerzo se convierte en super hombre; la evolución opera en fuerza y resistencia; la fuerza está en el aspecto espiritual de la vida, y la resistencia, en la materia o forma. !He ahí otro aspecto maravilloso de la ley de dualidad!

Hay una porción humana, la que impregnada de fuerte escepticimo, dice, "Qué no creen, sino únicamente en lo que pueden ver y coger".

Para aquellos pobres seres humanos que no pueden aceptar sino únicamente lo que pueden ver objetivamente y agarrar con manos avaras, sencillamente para ellos no existen las ondas sonido, por que no se ven ni se pueden agarrar; no existe la electricidad, porque nadie la ha visto, sino solamente en sus efectos; no existe el pensamiento, por que nadie lo ha visto en sí, sino solamente en sus consecuencias; no existe el amor, porque nadie ha podido enbotellarlo; no existe la energía, porque solamente hemos visto el movimiento de las formas, sin ver el poder que las moviliza; lamentable es que haya seres humanos, que sean capaces de decir y de creer, que solamente hay realidad en lo que agarran sus manos, y en lo que sus ojos ven.

Ese concepto positivista de la existencia, solo indica inconsciencia, insensibilidad y falta total de amplitud y de visión de la gran realidad de la vida, que es actividad, movimiento, acción; siempre provocados, siempre promovidos por energías sutilísimas, que ni se pueden palpar, ni ver, sino solamente en sus efectos, pero no en sus causas esenciales u originales, que son **la realidad de la vida.**

En contra de aquella negativa afirmación, **lo más importante es lo que no vemos,** como: La electricidad, el pensamiento, la imaginación, el amor y la conciencia. He ahí lo grande del mundo, precisamente es lo que no podemos objetivar en la visión, ni coger con nuestras manos.

Hemos demostrado plenamente que lo ideal o espíritual es lo grande, lo positivo, y que lo denso o material, es lo pasivo, lo inactivo, mientras no esté compenetrado del poder del Espíritu.

Al través de la verdadera ciencia, se llega a la espiritualidad; al través de la filosofía se concibe la espiritualidad; y al través de la estética, se siente la espiritualidad.

El dualismo materia espíritu es la verdad trascendente y la autoconciencia, el resultado de la evolución.

FRATERNIDAD UNIVERSAL

El más grave problema de la humanidad, está en la falta de comprensión del sentido de fraternidad.

Son grandes obstáculos para la realización de este sentido, las religiones con sus dogmas, el color de la piel, y las concepciones sociológicas, con intereses de grupo, sin sentido humanista.

Todos los grandes seres que en el mundo han sido, como Krishna, Budha, Jesús, Platón y Mahatma Gandhi, todos estos superseres se han movido y han actuado al calor del divino sentimiento de la fraternidad humana. Todos ellos vivieron y practicaron el sentido de caridad, o amor al projimo, sin distinción de razas, colores o relativos conceptos religiosos. Decimos relativos conceptos religiosos, por que el hecho de que a la inteligencia cósmica o Dios, se le llame en Sánscrito Brahma, en Hebreo Jeovah, en Arabe Alah, en Alemán Gott, en Ingles God, en Persa Gada, en Frances Dieu, en Latín Deus y en Castellano Dios, no quiere decir que todas aquellas palabras no estén designando el mismo poder, la mismas energía; cómo es posible que la humanidad haga guerras insensatas, audaz y estúpidamente llama santas, pues la guerra como inhumana que es, jamás puede ser santa: la perversidad siempre es perversidad, aunque los perversos, le llaman derecho

El sentido de fraternidad Universal, de caridad, amor al prójimo, no debe implicar claudicaciones ante la indignidad, sino un sincero trabajo de los más evolucionados, por hacer que los otros amen y comprendan, que la vida es una, tanto sea la del gusano, la de la mariposa, la del animal y la del hombre; todos por igual alientan en la infinitiva vida y todos tienen derecho a vivir, para crecer idealmente en el proceso de la evolución.

Quien piensa únicamente en favorecer un grupo, creyendo que los demás no son humanos, no tiene derecho a llamarse Cristiano, ni humano; porque Cristianismo es amor al projimo, y humanidad, es el sentido de hermandad con la vida que a todos alienta.

Una manera visible de dar solución a los problemas de la vida humana, sería el de que todos los intelectuales, moralistas, estétas y místicos de todos los credos, predicaran y vivieran el sentido de humanidad, de fraternidad.

El más grande interés del hermano mayor de una familia, si es equilibrado y sano, es el servir y ayudar a sus hermanos menores, en sus pequeñas y grandes dificultades.

Así, el más grande deber de los dirigentes de los pueblos, como hermanos mayores, es el de ayudar a su pueblo,

sus hermanos menores, sin hacer distinciones de credos y de clases.

Para que un pueblo pueda superarse, es indispensable que sus dirigentes sean verdaderos humanistas.

Las zonas seccionales del mundo político, para gloria de su facción, deben sacar lo mejor, lo más humanista de sus corporaciones, para la dirección de los pueblos, por que así solamente aumentará la grandeza de su ideal y el porvenir de las naciones.

Los hombres que ya están en la jefatura de los pueblos, necesitan solamente para engrandecer su obra, ser humanistas en primer lugar. **y en segundo lugar saber cumplir con su deber.**

Humanismo ideal y cumplimiento del deber, son los dos aspectos que necesitan practicar con sinceridad y rectitud los que rigen los destinos del mundo, y así empezaría a alumbrar el sol de la fraternidad humana, que es donde subyace el esplendor divino.

"El que ama a su familia es bueno, el que ama a la sociedad es humano, pero el que ama todas las cosas, es DIVINO".

SALUD

La salud es el más grande tesoro que puede poseer el ser humano, y por tal razón, toda persona medianamente inteligente, debe estudiar el problema para ir logrando aquella plenitud, aquella vitalidad y aquel magnetismo personal que vibra, que fluye en la naturaleza de las personas sanas, física, intelectual y moralmente.

La salud corporal se logra por dos simples aspectos, "Purificar y Fortificar".

La purificación del cuerpo, es fundamental para la buena salud; es indispensable que los residuos del proceso de la nutrición sean eliminados del cuerpo por los canales que la naturaleza ha hecho para tal fin.

EL ESTREÑIMIENTO es la más grave enfermedad que sufre la humanidad, porque de él dependen todas Secuelas como el reumatismo, artritismo, esclerosis, asma, y otros tantos modos de designación para una sola situación, intoxicación orgánica, causada por el estreñimiento.

Como este problema es tan incomprendido por las gentes, haremos de él un examen exhaustivo.

Comunmente el ser humano toma alimento, tres veces al día: desayuno, almuerzo y cena; de todas maneras sin poderlo evitar, todo alimento que ingerimos, después de aprovechado por la digestión, deja residuos que deben ser opor-

tunamente eliminados del cuerpo, para que la salud sea un hecho.

Si a un horno crematorio no se le eliminan las cenizas, no seguirá funcionando normalmente; analogicamente, si el cuerpo humano no elimina los residuos de las digestiones, se va intoxicando, funciona mal, y el resultado son las tremendas enfermedades que padece la sufrida y sufridora humanidad.

Como el desayuno es generalmente ligero, no haremos referencia más que al almuerzo y a la cena.

El almuerzo y la cena dejan residuos que deben ser eliminados oportunamente, de tal suerte que para que exista una completa salud, estos residuos se deben evacuar dos veces en 24 horas, es decir: que cada 24 horas el tubo digestivo se debe descargar dos veces, al par que los riñones deben eliminar su orina no menos de 6 veces.

Por lo menos de 5 a 7 vasos de agua cristalina, son indispensables para que el organismo cumpla bien sus funciones; el primero y último vaso con agua deben tomarse el uno antes del desayuno y el otro antes de acostarse, en la noche.

Como este artículo es puramente práctico, entraremos de inmediato a informar cuáles son los alimentos que curan el estreñimiento y ponen en marcha la armonía de las funciones corporales.

Para los estreñidos, aconsejamos: salvando (película del trigo), se toman de él una o dos cucharadas en los caldos o en las sopas; coco, se come bien masticado o rallado, sobre las comidas; regular cantidad de mantequilla fresca en los caldos; comerse uno dos tres aguacates solos, acompañados únicamente con panela o miel de abejas y comerlos sin mezclarlos con ninguna otra comida, puede comerse en la forma indicada, como última comida de la noche, pero siempre asociados con panela y miel; la naranja, comida en ayunas, con su pulpa; los duraznos bien maduros y comidos en abundancia, son maravillosos; las peras comidas en abundancia, son magníficas.

En todo caso el estreñido mas que ninguno, y el no estreñido, tambien para no serlo, deben tomar agua o jugos de frutas. Son jugos maravillosos para purificar, desintoxicando el cuerpo: Las frutas pasas, los duraznos bien maduros, los bananos comidos de tres en adelante, agregándole encima agua; panela negra o melcocha, comida en regular cantidad, agregando agua, resulta sorprendente.

Ya hemos hablado de alimentos desintoxicantes, y de cómo curar el estreñimiento.

En este exacto momento de nuestra información, tene-

mos que hacer saber a las gentes que los catarros tenaces, mal llamado gripe, son debidos consecuencialmente a recargos orgánicos, es decir a los residuos o cenizas, no eliminados debidamente.

Ahora, nos vamos a ocupar de los verdaderos alimentos que nutren o fortifican.

Sin hacer referencia a técnicas científicas, que se deben estudiar, pero para el efecto práctico de este artículo simplemente diremos: los mejores alimentos para el ser humano son, maní (cacahuete), queso, coco, nueces, almendras en general y alimentos que contengan aceite natural, por que el aceite vegetal, es absolutamente indispensable para el correcto funcionamiento del cuerpo, por ello es que el maní, el coco y las almendras, deben ser base y fundamento de una alimentación correcta y saludable; no lo olvide usted, porque en ello radica su bienestar y el de la raza en general.

El maní o cacahuete, no tiene paragón en la nutrición humana; si al empezarlo a comer, usted nota que no lo puede digerir bien, siga con pequeñas porciones bien masticadas, aumentando progresivamente la cantidad: por lo que más ame en la vida, no deje de comer maní.

El mejor alimento para el intelectual y el estudiante, es el maní.

El mejor alimento para el trabajador muscular, es el maní.

El mejor alimento para las personas débiles, es el maní.

El mejor alimento para la degeneración física, es el maní.

El mejor alimento para los cónyuges, que tienen el sagrado deber de producir hijos sanos, es el maní.

El mejor alimento para el asmático es el maní, la panela negra, la miel de abejas y el ajo.

El mejor alimento para el reumátismo es, el maní y jugo de naranja agria.

El mejor alimento para la humanidad toda, **es el MANI.**

En pro de su bienestar, estudie usted el valor de los alimentos y llegará a la conclusión de que frutos oleajinosos, panela negra y alguna porción de legumbres, darán salud y bienestar a la raza.

AUTORES MARAVILLOSOS

No solamente debe usted aprender a nutrir maravillosamente su cuerpo; es indispensable que nutra su inteligen-

cia, como tambien de que aumente la sensibilidad de su corazón.

Los siguientes autores resultan maravillosos para las finalidades anotadas:
O. S. Marden, R. W. TRINE, Ramacharaca, Vivekananda, Max Heindel, Krumm Heller, Franz Hartman, Besant, Leadbeater y H. P. Blavatsky. No olvide el nombre de los autores mencionados.

AMIBIASIS

Uno de los flagelos que sufrimos en Colombia es la amibiasis. Para expulsar las amibas, protozoarios patógenos, en la india utilizan un simple remedio que sirve de alimento a la vez, y que está al alcance de cualquier bolsillo y no falla en sus maravillosos efectos, si se aplica realmente.

Se trata de la cebolla cabezona. Su bulbo se lava bien para quitarle la tierra. No se despelleja. Se parte por el eje y se pone en remojo en algo más de medio vaso de agua, durante la noche, para tomar esa agua, impregnada de los principios activos, en ayunas, por diez días continuos. Se suspende la medicina por unos 20 días y luego se comienza de nuevo. Con esa sencilla maniobra las amibas salen a perderse y además el terreno queda eséril para su proliferación.

En Colombia hay tantos niños con cara triste, por causa de esos micro-organismos. Procuraremos por este medio que vuelva la sonrisa angelical a iluminar sus bellas caritas.

Nicolás de Cayzedo.

SINUSITIS

La sinusitis, inflamación de los senos frontales por intoxicación de sustancias o fermentos., debida comunmente a catarros mal cuidados, se cura realmente con el siguiente tratamiento: Se utiliza el zumo de la remolacha, haciendo sorbetorios y gargarismos, mañana y noche hasta conseguir el resultado final.

Para extraer el zumo, se ralla o se rebana en pequeñas porciones, se exprime derivando el zumo, para utilizar inmediatamente y hacer los gargarismos y sorbetorios. La remolacha después de bien lavada se extrae su jugo al natural, es decir estanto cruda, pues la cocción le hace perder sus efectos.

Colofón: Como los anteriores procedimientos de curación de la amibiasis y la sinusitis son de tanto importancia

para el pueblo, procure usted lector amigo sacar copias de estos planes de curación y distribuir entre gentes necesitadas; no olvide usted que servir a nuestros hermanos en la humanidad, es el más grande ideal de la existencia.

EL PALO DE ARCO O IPE

Por el Dr. Mauro Hernández Mesa, presidente del INSTITUTO HOMEOPATICO DE COLOMBIA

Entre los vegetales empleados por muchos pueblos americanos para combatir el terrible flagelo del cáncer, tenemos el llamado Palo de Arco, el cual ha suscitado acaloradas polémicas entre los médicos brasileños, y entre nosotros en la actualidad está llamando poderosamente la atención.

Este árbol pertenece a la familia de las BIGNONIACEAS, género Tecoma, especie pentaphilla de Juss. Alcanza alturas hasta de 25 mts; su tronco es recto con un díametro, ordinariamente, de 1 a 2 mts. cubierto por una corteza de color gris; sus hojas son digitadas y un poco acuminadas en el ápice y los peciolos articulados; las flores están dispuestas en corimbos terminales y son de un tamaño considerable; el cáliz es bilabiado, la corola y el limbo son de color amarillento en su interior y blancos exteriormente; el limbo es de color rosado; generalmente las flores de este vegetal aparecen cuando el árbol se ha despojado de todas sus hojas.

En la FLORA COLOMBIANA se conocen las siguientes especies:

Tecoma Ipé de Liais.
Tecoma Spetabilis de Lind Planchón.
Tecoma Mollis de H. B. K.
Tecoma Stans de Juss.
Tecoma Chrysea de Blake.

Las anteriores especies se conocen con los nombres vulgares de Chicalá en Cundinamarca; Caña de Guate y Guayacán en los Santanderes; Palo de arco en la Amazonia; Fresno en el Cauca; Flor amarilla en el Tolima, y en Antioquia se le llama: Guayacán, amarillo, Guayacán rosado, Ocobo y Chirlosbirlos. En el Brasil le dan los nombres de Pau de Arco, Ipe y Flor de Roxa, según se lee en el Diccionario Brasileño de Plantas Medicinales de Meira Penn, publicado en Rio Janeiro en el año de 1941. Según el botánico H. Pittier en Venezuela le dan a los árboles del género Tecoma los nombres de Cañada, Apamate, Curaria y Fresno.

HISTORIA

A fines del siglo pasado, un farmacéutico vallecaucano, el Sr. Amador Balcázar, preparaba un jarabe con la corteza de Guayacán o Palo de Arco con el cual ya intentaba curar la lepra, la sífilis y otras muchas enfermedades. El Dr. Wenceslao Sandino Groot quién también por entonces se dedicaba al estudio de los vegetales antisifilíticos y anticancerosos, según las crónicas, obtuvo buenos éxitos con un jarabe preparado con las corteza de este vegetal.

COMPOSICION QUIMICA

En el análisis practicado en la corteza del Palo de Arco o Guayacán, halló el profesor Prescott las siguientes substancias: sales de potasio, sodio, sílice, una sustancia resinosa no identificada y ácido crisofónico el que se presenta en forma de prismas de color amarillo oro, es insípido e insoluble en el aua, soluble en el alcohol y en el éter. Este ácido es muy empleado en Medicina para combatir ciertas enfermedades de la piel tales como la Psoriasis y la Herpes tonsurante. Parece no ser tóxico al interior.

USO MEDICINAL

La Medicina Oficial no emplea este vegetal. En la Medicina Popular el Palo de Arco o Ipé es apreciado como una panacea: La infusión de 10 gms. de raíz en 100 gms. de agua se considera entre los brasileños como un gran remedio para expulsar los cálculos renales, como antirreumático y en las enfermedades de la vejiga.

El conocimiento de la corteza en la proporción de 30 gms. para un litro de agua lo emplean en el lavado de las úlceras.

El famoso jarabe San Roquín que tanta fama tuvo en otros tiempos y con el cual pretendian curar la sífilis, la lepra y el cáncer, estaba compuesto de corteza de Palo de Arco, raíz de zarzaparrilla y Equizetum.

Por lo anterior esta planta es muy común en América y no debe confundirse con el llamado Guayacán trapiche o Guayacán polvillo, cuya madera es sinónimo de resistencia.

Nota: El Palo de Arco o Guayacán no es el Guayacum Officinalis de L. familia de las ZIGOFILACEAS.

EL MAS PODEROSO — AMULETO-TALISMAN

La gentes através de las edades han buscado siempre en qué apoyarse, para lograr éxito.

Los creyentes de las diferentes religiones guardan imágenes de sus respectivos Dioses; los que tienen sentido de independencia, comunmente no son capaces de lograr libertad total, apoyándose en sí mismos, y entonces buscan algun talismán que les confiere fuerza para triunfar.

Otros penetrando en el camino del escepticismo, son fatalistas y dejan el devenir al vaivén de los acontecimientos.

En cambio los psicólogos verdaderos, es decir los que han auscultado el alma humana, saben que existe un talismán álmico, que produce verdaderos prodigios. Tal talisman, está en la euforia, producida por el ENTUSIASMO.

El que sabe engendrar en sí la fuerza divina del entusiasmo, puede conquistar cimas que los creyentes, y los escépticos jamas pueden lograr.

Imprégnese usted lector amigo de la divina energía del entusiasmo y así podrá adelantar con éxito el logro de sus lógicas aspiraciones.

Sin entusiasmo no se realiza nada: la pereza, el frío y la indiferencia hallan ambiente para residir en el corazón de los escépticos.

La creencia también suele producir enfriamento en el alma, porque no siempre produce los efectos que se sueñan y entonces viene el desconcierto y la indiferencia.

En cambio, con la divina magia ideal del entusiasmo, el hombre educe energías de poder incalculable que le permiten transitar con energía y éxito todos los senderos.

Educad a los niños, y nunca será necesario castigar a los hombres.
Pitágoras.

COMO ORIENTAR EN MATERIA SEXUAL AL ADOLESCENTE

Un famoso consejero en asuntos familiares ofrece aquí algunas normas, llenas de sentido común, para enfrentarse a un difícil y confuso período de la vida.

Por el Dr. Benjamín Spock

Durante la adolescencia, los jóvenes de ambos sexos tienen que habérselas con diversos conflictos en no pocas esferas. Pero las luchas que deben sostener son particularmente intensas en lo concerniente al impulso sexual. Surge bruscamente el deseo y, especialmente en los muchachos, es entonces más violento que en cualquier otra etapa de la vida. Sin

relación alguna con otras inclinaciones y reclamando la atención de un modo embarazoso, el deseo sacude con fuerza al joven y a la muchacha, carente en absoluto de experiencia. Es enardecedor, y en parte agradable; al mismo tiempo puede provocar un sentimiento de inhibición, la pérdida de la seguridad en sí mismo, una sensación de angustia, de culpabilidad.

Un aspecto especialmente confuso del problema sexual es el hecho de que muchos adultos adoptan hacia él diversas actitudes en circunstancias diversas. En cierta ocasión hablarán de él como si fuera algo casi sagrado, en otra como de algo vergonzoso, y más adelante como si se tratara de un chiste del cual reír groseramente. El adolescente tiene así la impresión de que los adultos son hipócritas, y ello le hace aun más difícil el comprender la cuestión sexual. Al parecer, nos es difícil ver en el impulso sexual una cosa a la vez natural y noble.

Algunos adolescentes llegan a la conclusión de que el deseo sexual y el amor son puramente un asunto biológico. Esto es así en lo referente a ciertos animales, tales como los insectos, los peces y los conejos. Pero es un hecho comprobado el que algunos de los aspectos más sobresalientes de la juventud, su idealismo, su aptitud creadora, son manifestaciones de la capacidad de amar verdaderamente. Si los jóvenes intentan negar los aspectos espirituales del amor, seguramente terminarán por quedar descontentos de sí mismos y de su pareja, tanto en el curso del noviazgo como en el matrimonio.

Conviene explicar claramente desde el principio las diferencias que existen entre el impulso sexual masculino y el femenino. En general, el deseo físico del muchacho y del hombre adulto es muchísimo más insistente. Además, es menos exigente en la elección. Reacciona fácilmente, desde luego, ante una muchacha atractiva, idónea y comprensiva. Pero también puede despertar a la vista de una buena figura (especialmente si va vestida de modo seductor) o de una cara bonita, a pesar de que la personalidad de la muchacha no sea mayormente atractiva.

Esto no significa que el joven carezca de aptitud para los otros aspectos del amor. Su actitud hacia éste dependerá en gran medida de la familia en que se haya criado. Si su padre no solo demuestra ardor, sino tembién ternura, protección y admiración hacia la madre, ello influirá poderosamente en la formación de las ilusiones del muchacho acerca de lo que él mismo podrá ofrecer a las chicas cuando crezca.

También sabemos que la capacidad del joven para amar espiritualmente se desarrolla en la infancia y a través de una intensa devoción hacia una buena madre. Esto es lo que

le mueve, años más tarde, a enamorarse de una joven que parece tener justamente la adecuada combinación de cualidades. Sus sentimientos hacia ella se tornan románticos, caballerosos y deferentes. El muchacho está dispuesto a idealizar a su amada, a investirla de marbavillosos atributos (que la chica deficílmente tendrá en realidad). El supremo deseo del joven es agradar a su amada: alcanzar éxito en la escuela o en la vida por amor a ella, protegerla, colmarla de regalos. Incluso su deseo físico, a medida que el joven madura, va dirigido primordialmente a complacerla en el aspecto sensual; solo cuando ella responde, recibe el enamorado completa satisfacción.

Todo ello significa que si un buen muchacho comienza a sentirse atraído por una joven, estará dispuesto a ofrecerle tantos aspectos del amor como él mismo sea capaz de experimentar. A ella le corresponderá mostrar cuál es el tipo de apreciación que espera de él. El problema consiste en que el deseo físico del joven es tan fuerte que, poco después de haber conocido a la muchacha querrá expresarlo. Por poco atrevido que sea, probablemente lo intentará. Si la joven permite que el cambio de caricias avance con mayor rapidez de lo que corresponde a la evolución del verdadero afecto, esto es tan excitante que en breve se convierte en el principal interés de sus citas amorosas. Y por otra parte ello se opone a que ambos llegen a quererse y respetarse de verdad. Los jóvenes y las chicas que tienen sentido del deber se dan cuenta de ello y se esfuerzan en dominar su deseo físico; por lo general, sin embargo, son las muchachas las más capaces de hacerlo.

En la mayor parte de las jóvenes el deseo físico es menos intenso y menos persistente. Su capacidad de reaccionar físicamente permanece en relativa quietud hasta el momento en que las caricias de un muchacho la despiertan. Esto no quiere decir que las chicas no estén fuertemente interesadas por los jóvenes; se pasan las horas enteras pensando y hablando entre sí de los individuos del sexo opuesto, diferenciándolos en parte por su atractivo romántico, pero también, con gran sentido práctico, según su idoneidad como compañeros en la vida.

Sin embargo, es necesario que una muchacha sepa, ya desde los principios de la adolescencia, que está dotada de capacidad para sentir un intenso deseo físico. Si pasa muchas horas a solas con un muchacho atractivo, durante un período de semanas y meses, y si ambos son más o menos normales, el deseo de alcanzar una mayor intimidad física aumentará en ellos gradualmente. Y cada nueva etapa de esta intimidad despertará el deseo, mucho más intenso, de pasar a la siguiente.

La naturaleza humana está constituida así, de manera

que las esenciales restricciones puedan ir desapareciendo gradualmente entre dos personas como preparación para el matrimonio. La malo es que la Naturaleza obra en favor de un himeneo que se debe consumar a la edad de 15 o 16 años, mientras que nuestra sociedad espera que los jóvenes sigan en la escuela hasta por lo menos los 17 o 18 años, y en muchos casos más allá todavía.

Naturalmente, otros impulsos, además del deseo físico y de la busca de una pareja idónea, acercan entre sí a los adolescentes de ambos sexos. Existe una curiosidad acuciante por conocer lo que significa realmente el impulso sexual. En todo muchacho, como en todo hombre, hay también una ansiedad crónica por saber si será suficientemente varonil en general, un amante apto. Esto llega a ser especialmente insistente hacia el término de la adolescencia y hasta que el joven ha demostrado que puede conquistar, satisfacer y sostener a una mujer. Pero muchachos y hombres, durante toda su vida, revelan su inquietud corriendo riesgos insensatos, jactándose ante las mujeres y haciendo a estas inconvenientes requerimentos amorosos.

En las jóvenes y mujeres, la correspondiente inquietud nace de la duda: ¿serán suficientemente atractivas para ganarse el tipo de hombre que desean? ¿Sabrán ellas corresponder totalmente a éste? Desde luego, esta preocupación es máxima en las adolescentes cuando todavía no tienen una base para sentirse seguras. A casi todas las mujeres, el matrimonio las alivia de la mayor parte de esta inseguridad, si bien continúan necesitando la certeza de que el marido las ama, y estiman las esporádicas demostraciones de que otros hombres las siguen considerando atractivas. No obstante, algunas mujeres persisten en sentirse tan inseguras que continúan intentando cautivar a un hombre tras otro.

Otro motivo por el que los adolescentes de ambos sexos se sienten atraídos entre sí (y que en la actualidad es inunsitadamente poderoso) es el deseo de contar con una devota amiga o un amigo devoto para ser como todo el mundo. Ciertas personas que en modo alguno se hallan aún listas para las relaciones amorosas, se obligan a competir para ganarse una pareja y hacer el papel de enamorados.

Por ejemplo, muchas jóvenes se persuaden fácilmente de que han de ser liberales con sus caricias si quieren conquistar y conservar a sus enamorados. Cuando un muchacho llega a la intimidad física con una joven sin que ésta espere de él amor y respeto, lo más seguro es que la aprecie menos que al principio, incluso aunque él le siga pidiendo nuevas demostraciones.

Las muchachas deberían saber que los jóvenes que se aprovechan de las chicas fáciles demuestran su desdén hacia estas haciendo burla de ellas en el círculo de sus amistades masculinas. La creciente intimidad entre un chico y una muchacha, antes de que hayan descubierto si entre ambos median admiración y ternura verdaderas, suele llevar a una desagradable ruptura de relaciones, porque al menos uno de los dos llega a detestarse a sí mismo por esa sexualidad puramente carnal. Esta pérdida de la propia estimación es grave, pues el sentimiento que tiene el individuo de su propio valer es lo que realmente le brinda el mejor apoyo para conservarse en paz con su conciencia día tras día, y para avivar su entusiasmo en cuanto al futuro.

Muy distinto es cuando un joven y una muchacha son lo suficientemente maduros como para sentirse atraídos mutuamente como personas, y cuando la joven se da cuenta de que su atractivo físico es una parte preciosa de su personalidad total. A medida que se van conociendo mejor, es posible que descubran incompatibilidades y se separen. O bien pueden enamorarse uno del otro más profundamente todavía. Sea cual fuere el caso, en las personas estables el progreso suele producirse, normalmente, en una forma gradual.

A medida que aumenta el deseo físico del joven, se intensifica también el de amar, proteger y agradar a la mujer elegida. Esto deja en manos de la muchacha el dominio de la expresión del amor físico. Si ella se convence cada vez más de que es este el hombre digno de su amor y en quien puede confiar, aumentará su disposición hacia la intimidad. No por esto perderá interés el muchacho realmente enamorado; al contrario, se afirmará en su convicción de que la joven se excelente por todos conceptos.

Casi todos los jóvenes de ambos sexos que se hayan formado en el seno de familiares de ideales elevados, evitarán llegar a la unión carnal antes de casarse, no por falta de deseo ni tampoco por timidez, sino porque la muchacha, conociéndose a sí misma, bien sabe que perdería parte del respeto que a sí misma se debe, y el joven porque la ama demasiado para estar dispuesto a agraviarla, o a ultrajar la imagen ideal que se ha hecho de sí mismo.

Ud debe saber que: Estudio y meditación, conducen al saber, al Poder y a la plenitud del vivir, en cambio el alcoholísmo lleva a la cárcel, al Hospital y al manicomio.

